

Vorwort

Wenn du dieses Buch in den Händen hältst, ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass du etwas spürst.

Vielleicht eine Unruhe, vielleicht eine Ahnung. Vielleicht hast du das Gefühl, dass etwas mit dieser Welt nicht mehr stimmt – oder dass es irgendwie auf dich selbst zurückfällt.

Vielleicht nimmst du Veränderungen wahr, kannst sie aber nicht einordnen. Oder du bist schon mitten in deinem Weg und suchst nach weiteren Impulsen. Was auch immer dich hierher geführt hat:

Willkommen.

Ich habe dieses Buch geschrieben, weil ich weiß, wie es sich anfühlt, wenn das eigene Weltbild wankt. Wenn innere Fragen laut werden, die von außen niemand beantwortet. Wenn man spürt, dass „das Alte“ nicht mehr funktioniert – aber das Neue noch nicht da ist.

Der Titel „*Der zweite Tsunami*“ geht auf einen Traum zurück, den ich im Jahr 2021 hatte.

In diesem Traum sah ich eine Welle – eine zweite Welle – die nicht aus Wasser bestand, sondern aus **Bewusstsein**.

Eine Bewegung, die alles erfasste. Menschen, Strukturen, Systeme. Damals wusste ich: Es wird nicht mehr so weitergehen wie bisher. Und ich wusste auch: Ich muss etwas schreiben, das Menschen durch diesen Wandel begleitet.

Die erste Version dieses Buches entstand aus diesem

inneren Impuls. Doch die Zeit war noch nicht reif – und vielleicht war ich es auch nicht.

Heute, Jahre später, ist vieles klarer. Und so beginne ich neu – aus einer gewachsenen inneren Perspektive. Ich schreibe nicht mehr über die Veränderung, sondern **aus ihr heraus**.

Dieses Buch will keine Dogmen aufstellen. Es will **verstehen helfen**. Es will **erinnern**, nicht belehren. Es richtet sich an Menschen, die offen sind für neue Sichtweisen, aber auch an jene, die noch zögern.

Ich schreibe für Herz und Verstand. Für Suchende und Zweifelnde. Für Menschen, die spüren, dass wir in einer besonderen Zeit leben – und die wissen wollen, **warum**.

Ich lade dich ein, beim Lesen einfach zu spüren: **Was berührt dich? Was regt sich in dir? Was fühlt sich wahr an?**

Du musst nicht alles sofort verstehen. Aber vielleicht findest du hier etwas, das dich stärkt, ordnet, tröstet oder erinnert.

Denn eines ist sicher: Du bist nicht allein auf diesem Weg. Und wir stehen nicht am Ende – sondern **am Beginn einer neuen Menschheit**.

In Dankbarkeit,

Atlan Anaris Koteij
(Thomas Nathaniel Bock)

Kapitel 1 - Was geschieht gerade auf der Welt?

Es ist, als würde sich alles beschleunigen. Nachrichten überschlagen sich. Gesellschaften spalten sich. Gewissheiten bröckeln. Vielleicht hast du den Eindruck, dass die Welt immer verrückter wird – oder dass etwas Großes bevorsteht. Und du liegst nicht falsch.

Wir leben in einer Zeit, in der die Menschheit durch einen gewaltigen Wandel geht. Doch dieser Wandel ist nicht nur politisch, nicht nur wirtschaftlich oder klimatisch. Er ist vor allem: **ein Bewusstseinswandel.**

Das Problem dabei: Er wird von den wenigsten als solcher erkannt. Denn er zeigt sich zuerst dort, wo es weh tut. In Krisen. In persönlichen Erschütterungen. In Gefühlen von Überforderung, Unsicherheit, Sinnlosigkeit. Viele Menschen erleben derzeit, dass das, was früher funktioniert hat, heute nicht mehr trägt. Beruf, Beziehung, Gesundheit, Weltbild – alles kommt auf den Prüfstand.

Dabei ist das nicht das Ende. Es ist der **Anfang von etwas völlig Neuem.**

Die alte Welt zerfällt – aber nicht zufällig

Was wir derzeit erleben, ist kein Zufall und keine Laune der Geschichte. Es ist das Ergebnis einer lange vorbereiteten Entwicklung, die jetzt **sichtbar wird.** Das alte System – aufgebaut auf Trennung, Macht, Kontrolle und äußeren Werten – hat seine Grenze erreicht. Es kann sich nicht mehr halten. Deshalb zerfällt es.

Dieser Zerfall ist unangenehm, ja. Er ist chaotisch, ja.

Aber er ist auch notwendig. Denn erst wenn das Alte weicht, kann das Neue entstehen. Und das Neue kommt nicht von außen – es beginnt **in uns**.

Ein kollektives Erwachen

Immer mehr Menschen stellen sich heute Fragen, die sie sich früher nie gestellt haben. Sie beginnen, tiefer zu schauen. Sie spüren, dass etwas fehlt – obwohl sie vielleicht äußerlich „alles“ haben. Oder sie fühlen, dass etwas in ihnen ruft, das sie nicht benennen können.

Das ist der Beginn des Erwachens.

Mit Erwachen meine ich nicht einen plötzlichen spirituellen Höhenflug. Ich meine ein **langsames, oft schmerzhaftes, aber tiefes Sich-Erinnern**. Ein Erkennen, dass wir mehr sind als Körper, Rollen und Gedanken. Dass wir ein inneres Wesen in uns tragen, das uns führt – wenn wir still genug werden, um es zu hören.

Und genau dieser Prozess ist es, der jetzt weltweit geschieht. Nicht bei allen gleichzeitig, nicht in gleicher Weise. Aber kollektiv und unumkehrbar.

Warum fühlt es sich oft so dunkel an?

Weil vieles, was jetzt hochkommt, **lange im Verborgenen lag** – in uns und in der Gesellschaft. Schmerz, Wut, Angst, alte Muster, verdrängte Wahrheiten. All das kommt jetzt an die Oberfläche, nicht um uns zu quälen, sondern **um gesehen und verwandelt zu werden**.

Das ist wie bei einer Wunde: Sie muss erst geöffnet

und gereinigt werden, bevor Heilung geschehen kann. Der Planet selbst durchläuft diesen Reinigungsprozess – und wir mit ihm.

Und was ist dieser „zweite Tsunami“?

Ich nenne diese Phase „der zweite Tsunami“, weil es sich wie eine **Welle des Erwachens** anfühlt. Eine Welle, die nicht zerstört, sondern aufrüttelt. Die Menschen wachmacht – manchmal sanft, oft aber mit Wucht. Diese Welle ist nicht sichtbar, aber spürbar. Sie geht durch Herzen, durch Gedanken, durch Zellen. Sie verändert die Frequenz des gesamten Planeten.

Und wer sich ihr stellt – wer bereit ist, mitzugehen, anstatt sich zu wehren – wird etwas entdecken, das größer ist als jede Krise: **die eigene Wahrheit.**

Kapitel 2 - Der erste Impuls – ein Traum verändert alles

Es war nicht der Tsunami selbst, den ich sah. Es war das, **was ihm vorausgeht** – das Verstörende, das Un-erklärliche, das scheinbar Unlogische. Ich träumte, dass sich das Wasser des Meeres immer weiter zurückzog. Der Strand wurde breiter, der Horizont leerer. Und dann geschah etwas Seltsames: Ich konnte **über den Meeresboden laufen**.

Es war ruhig. Still. Fast unwirklich. Ich sah Steine, Muscheln, sogar Überreste von Dingen, die sonst verborgen lagen. Alles war freigelegt – als hätte sich das Meer für einen Moment zurückgezogen, um uns zu zeigen, was unter der Oberfläche wirklich liegt.

Und dann kam das Wissen. Nicht als Gedanke, sondern als inneres Erkennen:

„Ein Tsunami kommt. Noch ist es still. Aber nicht mehr lange.“

Als ich aus dem Traum erwachte, war ich tief berührt. Ich wusste: Das war kein gewöhnlicher Traum. Es war ein Zeichen. Eine Vorankündigung. Und es war eine Botschaft – an mich, aber auch an andere: **Etwas Großes nähert sich. Und wir haben jetzt noch Zeit, uns innerlich vorzubereiten.**

Die Bedeutung des Traums

Erst viel später verstand ich die Tiefe dieser Vision. Der zurückweichende Ozean steht für die scheinbare Leere, die viele Menschen heute empfinden. Es ist, als sei das Vertraute plötzlich verschwunden. Sicherheit,

Gewohnheit, Lebenssinn – alles scheint weggezogen. Zurück bleibt der „nackte Meeresboden“: unser Innenleben, unsere Ängste, unsere verdrängten Themen. Alles wird sichtbar. Und viele wissen nicht, wie sie damit umgehen sollen.

Doch genau das ist die Chance: **Jetzt, in der Phase der Offenlegung, können wir hinschauen, erkennen, wandeln** – bevor die eigentliche Welle kommt.

Denn der Tsunami, der folgt, ist kein Wasser. Er ist eine **Welle des Bewusstseins**. Und sie rollt bereits.

Mein erstes Buch – ein Versuch, die Zeichen zu deuten

Aus diesem Traum entstand der Impuls, mein erstes Buch zu schreiben: „*Der zweite Tsunami*“. Ich wollte erklären, was ich fühlte. Menschen erreichen, die sich ebenfalls fragten, was hier eigentlich los ist. Ich wollte ihnen sagen:

„Ihr seid nicht verrückt. Die Welt verändert sich wirklich – tiefgreifend.“

Doch so wie das Wasser sich erst zurückzieht, bevor die Welle kommt, so war auch dieses erste Buch ein **Vorbote** – nicht die eigentliche Botschaft. Es war mein erster Schritt, meine erste Stimme. Aber nicht meine gereifte Perspektive. Es fehlte noch Tiefe, Klarheit, Durchdringung. Und vielleicht auch der Mut, ganz aus meiner inneren Wahrheit zu sprechen.

Heute – der Moment der Neuformulierung

Jetzt, 4 Jahre später, ist alles anders. Ich habe selbst durchlebt, was ich damals nur geahnt habe. Ich habe

erkennt, dass der Traum **nicht nur eine Warnung** war, sondern eine Einladung. Eine Einladung, **den Meeresboden zu betreten** – also das Unsichtbare sichtbar zu machen. Und dann bereit zu sein für die Welle, die das Neue bringt.

Deshalb schreibe ich heute neu. Nicht, um die Vergangenheit zu korrigieren, sondern um ihr eine neue Tiefe zu geben. Der Traum bleibt. Doch heute sehe ich ihn als Teil eines größeren Ganzen – eines Übergangs, der uns alle betrifft.

Vielleicht kennst du dieses Gefühl auch: Dass sich das Leben „zurückgezogen“ hat. Dass du plötzlich mit dir selbst konfrontiert bist. Dass du mehr siehst als früher – und nicht weißt, wohin mit all dem. Dann sage ich dir: Du stehst nicht allein auf dem Meeresboden. Und du wirst die Welle nicht nur überleben – **du wirst mit ihr reiten.**

Kapitel 3 - Die unsichtbare Welle – Was wirklich geschieht

Wenn man sich in der Welt umschaute, scheint es, als würde **alles gleichzeitig erschüttert**: Wirtschaftssysteme, Regierungen, Glaubensstrukturen, das Gesundheitswesen, Bildung, persönliche Beziehungen – nichts bleibt wie es war. Für viele fühlt es sich chaotisch an, verwirrend oder bedrohlich. Manche sprechen von einer Krise. Andere von einer Zeitenwende. Doch nur wenige erkennen, **was im Kern wirklich geschieht**.

Wir erleben **keine gewöhnliche Umbruchphase**, sondern den Übergang von einem alten Menschheitszyklus in einen völlig neuen. Eine Art „kollektiver Bewusstseins-Sprung“, wie ihn diese Erde noch nie in dieser Form erlebt hat.

Warum ist das nicht sichtbar?

Weil dieser Wandel **nicht äußerlich beginnt**. Er beginnt im Inneren. In dir. In mir. In Millionen von Menschen, die beginnen, anders zu fühlen, anders zu denken, anders zu leben – oft, ohne es gleich erklären zu können.

Es ist eine unsichtbare Welle, die durch alles fließt. Eine energetische Bewegung, die Bewusstsein anhebt. Sie bringt alles an die Oberfläche, was bislang verborgen, verdrängt oder unterdrückt war – sowohl in der Gesellschaft als auch in jedem Einzelnen.

Das macht diese Zeit so herausfordernd: **Es gibt kein Zurück. Aber das Neue ist noch nicht greif-**

bar.

Zeichen dieser Welle im Alltag

Vielleicht erkennst du die Welle in deinem eigenen Leben, auch wenn du sie nicht so genannt hast. Typische Anzeichen dafür sind:

- Plötzliche Müdigkeit, Energieschwankungen, emotionale Achterbahnfahrten
- Der Verlust von Interesse an Dingen, die früher wichtig waren
- Das starke Bedürfnis nach Wahrheit, Tiefe und innerer Ruhe
- Innere Konflikte mit äußeren Systemen: Arbeit, Rollenbilder, Erwartungen
- Der Wunsch, „nach Hause zu kommen“, ohne zu wissen, wo das ist
- Das Gefühl, dass etwas Großes bevorsteht – aber niemand es ausspricht

Diese Phänomene sind keine Störungen. Sie sind **Anpassungsreaktionen an eine neue Frequenz**, die sich durch deinen Körper und dein Bewusstsein bewegt. Die unsichtbare Welle ist bereits da – und du bist mittendrin.

Die Welle wirkt wie ein Spiegel

Was diese Welle tut, ist nicht die Welt zu zerstören – sondern sie zu **entlarven**. Sie bringt ans Licht, was nicht mehr trägt. Sie macht sichtbar, was lange ignoriert wurde. In der Politik. In den Medien. In der Wis-

senschaft. Aber auch in unseren Familien, Beziehungen und Lebensentwürfen.

Deshalb wirkt es für viele so, als würde alles schlimmer. Tatsächlich wird nur **sichtbar, was immer schon da war – aber nun nicht mehr unterdrückt werden kann**. Die Welle verändert nicht nur – sie **offenbart**.

Und in dieser Offenbarung liegt eine Chance:

Wer den Mut hat, hinzuschauen, erkennt den Weg hinaus.

Die wahre Bewegung geschieht im Inneren

So verlockend es ist, sich auf das Weltgeschehen zu konzentrieren – der eigentliche Wandel findet **nicht in den Schlagzeilen, sondern in dir** statt. Und dort beginnt auch die Lösung. Nicht durch Kampf, sondern durch Klarheit. Nicht durch Verurteilung, sondern durch innere Ausrichtung.

Denn wenn dein innerer Kompass sich neu einstellt, verändert sich deine ganze Wahrnehmung. Und was gestern noch chaotisch schien, ergibt heute plötzlich Sinn.

Diese unsichtbare Welle ist wie ein **Lichtstrahl**: Sie bringt Wahrheit. Und Wahrheit befreit – auch wenn sie zuerst erschüttert.

Kapitel 4 - Zwischen Systemkollaps und Seelenaufbruch

Für viele fühlt sich diese Zeit an wie ein permanenter Ausnahmezustand. So, als würde das Leben im Außen zerbröckeln, während im Inneren etwas Neues anklopft – das aber noch keinen Namen hat.

Dieser Widerspruch ist kein Zufall. Er ist das zentrale Merkmal dieser Übergangszeit:

Das Alte löst sich auf, und das Neue ist noch nicht vollständig greifbar.

Wir leben in einer Zwischenphase. Und wie bei jeder Geburt ist sie mit Enge, Druck und Unsicherheit verbunden. Doch genau darin liegt das Potenzial – sowohl für die Gesellschaft als auch für den Einzelnen.

Der Systemkollaps: Wenn nichts mehr funktioniert

Viele gesellschaftliche Strukturen geraten derzeit ins Wanken: politische Systeme, wirtschaftliche Modelle, medizinische Dogmen, religiöse Institutionen. Was früher als „verlässlich“ galt, zeigt heute Risse. Vertrauen schwindet. Orientierung geht verloren.

Das liegt nicht daran, dass plötzlich „alles schlecht“ ist. Es liegt daran, dass wir **bewusster werden** – und dadurch spüren, was **nicht mehr stimmig ist**. Die Strukturen der alten Welt basieren auf Kontrolle, Trennung, Macht über andere. Dieses Fundament passt nicht mehr zu einem Bewusstsein, das sich nach Verbindung, Wahrheit und Freiheit sehnt.

Deshalb bröckelt es. Und das ist gut so.

Doch der Zerfall ist nicht nur äußerlich. Viele Menschen erleben ihn **in sich selbst**:

- Verlorene Lebensfreude
- Identitätskrisen
- Das Gefühl, „leer“ zu sein
- Der Zusammenbruch von Rollenbildern
- Die Erkenntnis: *So kann und will ich nicht mehr weiterleben.*

Auch das gehört zum Systemkollaps – dem inneren.

Der Seelenaufbruch: Wenn das Eigentliche sich meldet

Gleichzeitig geschieht etwas Wunderbares – oft ganz leise, ganz subtil. **Etwas in uns beginnt, sich zu bewegen.** Ein inneres Licht meldet sich. Eine Erinnerung, dass wir mehr sind. Nicht nur Produkt unserer Erziehung, nicht nur Opfer der Umstände, nicht nur biologische Wesen im Überlebensmodus.

Dieser Impuls kommt aus der Tiefe – aus dem, was ich die **Seelenkraft** nenne. Sie beginnt dann aufzubrechen, wenn das äußere Gefüge schwankt. Denn dort, wo das Alte bricht, entsteht Raum für das Eigentliche.

Vielleicht hast du das schon gespürt:

- Eine unerklärliche Sehnsucht nach Sinn
- Eine innere Stimme, die anders klingt als dein

Verstand

- Der Wunsch, „du selbst“ zu sein – aber radikal, ohne Masken
- Der Drang, dich aus Abhängigkeiten zu lösen
- Oder das tiefe Gefühl: *Ich bin hier nicht zufällig.*

Das ist kein Zufall. Das ist deine Seele, die zu dir spricht.

Der Kampf dazwischen – und warum du ihn nicht gewinnen musst

Viele Menschen geraten genau hier in eine Art **Zwischenkampf**: Einerseits spüren sie, dass das Alte nicht mehr passt. Andererseits haben sie Angst vor dem Unbekannten. Der Verstand klammert sich an Sicherheit, während das Herz nach Freiheit ruft. Das ist kein Fehler – das ist der Übergang.

Wichtig zu verstehen ist:

Du musst diesen Kampf nicht gewinnen.

Du darfst ihn **loslassen**.

Denn dein Weg beginnt dort, wo du **nicht mehr gegen das Alte kämpfst, sondern dem Neuen vertraust**.

Der Seelenaufbruch bedeutet nicht, dass du dein Leben sofort umkrepeln musst. Aber er lädt dich ein, **ehrlicher hinzuschauen, mutiger zu fühlen und tiefer zu vertrauen**. Denn dein wahres Selbst weiß bereits, wie es weitergeht – auch wenn dein Verstand

noch fragt.

Fazit: Zwei Bewegungen – eine Richtung

Auch wenn es sich widersprüchlich anfühlt:
Der äußere Systemkollaps und dein innerer Seelenaufbruch gehören zusammen.

Das eine macht das andere möglich.

Und je mehr du erkennst, dass du **nicht untergehst**, sondern **auftauchst**, desto leichter wird der Weg.

Vielleicht stehst du gerade an einem Punkt, an dem du nicht weißt, wie es weitergeht. Vielleicht fühlst du dich zerrissen zwischen alten Verpflichtungen und neuen Sehnsüchten. Dann wisse:

Das ist kein Fehler. Das ist der Durchgang.

Und du gehst ihn nicht allein.

Kapitel 5 - Das Licht in der Dichte – Mein eigener Weg durch das Chaos

Ich habe lange gezögert, dieses Kapitel zu schreiben. Nicht weil ich mich schäme, sondern weil es nicht einfach ist, den eigenen Weg in Worte zu fassen – vor allem dann, wenn dieser Weg nicht geradlinig war. Und das war er nicht.

Wenn du meine Geschichte liest (Meistergeschichten 1&2), wirst du keine perfekte Aufstiegsstory finden. Du wirst keine glatten Antworten lesen. Was du finden wirst, ist ein echter Weg durch das Chaos – durch Unsicherheit, Rückschläge, Zweifel und innere Abgründe. Und genau deshalb schreibe ich ihn auf.

Denn ich weiß, dass viele Menschen gerade genau dort stehen. **Mitten in der Dichte.** Und sie fragen sich: *Werde ich da jemals heil durchkommen?* Ich sage: Ja. Und mehr noch – **du kannst in der Dichte das Licht finden.**

Es begann mit einem inneren Bruch

Auch ich war viele Jahre ein „funktionierender“ Mensch. Angepasst. Verantwortlich. Erfolgreich im Rahmen dessen, was die Welt als Erfolg bezeichnet. Doch innerlich war da immer etwas, das sich falsch anfühlte. Etwas, das mich fragte: *War das wirklich alles?* Lange habe ich das ignoriert. Und doch – es ließ nicht nach.

Dann kam der Moment, der alles veränderte: Ich verlor den Boden unter den Füßen. Äußerlich durch ein